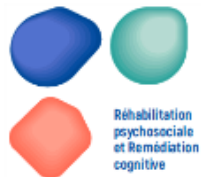


Principes et objectifs de la remédiation cognitive

Pr Nicolas Franck

www.centre-ressource-rehabilitation.org

www.remediation-cognitive.org



➤ **Qu'est-ce que la remédiation cognitive ?**

- **Mesure thérapeutique non médicamenteuse**
- **Réduction de l'impact des troubles cognitifs**
- **Favorise l'action des psychotropes et des psychothérapies**

Pourquoi avoir recours à la remédiation cognitive ?

- **Pour augmenter le pouvoir de décider et d'agir**
- **Pour renforcer les capacités nécessaires à la réussite de projets de vie**
- **Pour favoriser le rétablissement**
- **Parce que son efficacité est attestée par des travaux scientifiques ayant un haut niveau de preuve**

Remédiation cognitive : généralités

- **Pas de programme universel**
- **Evaluer les besoins de la personne et choisir le programme approprié**
- **Objectifs concrets à fixer**
- **Apprentissage de nouvelles stratégies**
- **Adaptation au profil de la personne**

➤ Remédiation cognitive : pourquoi ?

- **Déficits cognitifs fréquents dans les troubles mentaux sévères et les troubles du spectre de l'autisme :**
 - 70 – 80% dans la schizophrénie
 - 1/3 dans le trouble bipolaire
 - Présents dès les phases prodromiques
 - Perdurant lors des rémissions
- **Intérêt d'établir un profil cognitif**
 - évaluation du retentissement fonctionnel
 - définition de cibles thérapeutiques

Heinrichs et Zakzanis, *Neuropsychology* 1998

Schretlen et al, *Biological Psychiatry* 2007

Troubles cognitifs

Processus les plus fréquemment altérés

- Attention : sélective, soutenue, partagée
- Mémoire : à long terme, de travail
- Fonctions exécutives : inhibition, planification, flexibilité
- Fonctions visuo-spatiales
- Cognition sociale : émotions, attributions d'intentions, théorie de l'esprit

Profils généralement hétérogènes

➤ Action de la remédiation cognitive

- **Comment ?**

- réduire l'impact des troubles cognitifs
- favoriser la mise en place des stratégies réutilisables au quotidien

- **Pourquoi ?**

- amélioration du fonctionnement au quotidien
- amélioration de la qualité de vie
- amélioration de l'adaptation et de l'insertion socio-professionnelle

➤ **La remédiation cognitive : mise en œuvre**

- **Stabilité :**
 - manifestations cliniques stables
 - traitement stable et à dose minimale efficace
- **Personne motivée**
- **Capacités et limitations cognitives objectivées**
- **Conséquences fonctionnelles objectivées**
- **Impact de ces conséquences sur le projet concret**

La remédiation cognitive au sein du parcours de réhabilitation psychosociale



SUR-CL3R

ADMISSION

1er contact :

Prise de rdv

1er entretien avec un psychiatre :

Obtenir un avis clinique

Evaluation clinique :

Mise en évidence des ressources et limitations

Restitution :

Résultats de l'évaluation et proposition de prise en charge

PAIR AIDANCE

Echanger avec un professionnel ancien usager de la psychiatrie

SOUTIEN DES FAMILLES

S'informer sur les réseaux de soutien existants et partager avec d'autres familles. Se former pour mieux accompagner son proche

RECHERCHE

SOINS DE REHABILITATION

Education thérapeutique

Mieux comprendre la maladie pour mieux la soigner

Rémédiation cognitive

Entraîner les fonctions cognitives par des exercices

Habiletés sociales

Savoir gérer les interactions sociales

Pleine conscience

S'ancrer dans l'instant présent pour mieux gérer son stress et ses émotions

REHABILITATION SOCIALE

Acquis de la vie sociale et quotidienne

Remobiliser ou renforcer l'autonomie dans la vie quotidienne

Ouverture sociale

Rédécouvrir la réalité socio-culturelle afin de concrétiser son projet social

REHABILITATION PROFESSIONNELLE

ET - Evaluation technique

Evaluer son potentiel cognitif et technique pour une démarche de réadaptation socio-professionnelle

CTOP - Construction de trajectoire et orientation professionnelle

Analyser ses ressources et les obstacles à l'insertion professionnelle et élaborer un projet personnalisé

Ateliers thérapeutiques

Se préparer à l'insertion professionnelle en renforçant son implication, sa responsabilité, ses capacités d'autonomie et son estime de soi

Insertion dans la cité

Etre accompagné dans la mise en oeuvre de son projet professionnel ou social

INSERTION SOCIALE

INSERTION PROFESSIONNELLE

Version revue et adaptée par le CL3R en avril 2018, dans la lignée de la conception faite en 2016 par Dominique Desrippes, Designer de services

Remédiation cognitive : principes

- **Renforcement positif**
- **Apprentissage sans erreur**
- **Confrontation progressive à la difficulté**
- **Accompagnement métacognitif**
- **Répétition**
- **Verbalisation**
- **Réduction de l'information**
- **Organisation temporelle**
- **Simplification des tâches par étapes**

➤ **Remédiation cognitive : principes**

- 1. Se concentrer (description générale de l'exercice)**
- 2. Identifier le problème (analyser la consigne)**
- 3. Définir les étapes et stratégies à mettre en place**
- 4. Faire l'exercice**
- 5. Vérifier et critiquer la mise en œuvre de la solution**

➤ Programmes de remédiation cognitive

- **Points communs :**
 - cible = compétences cognitives
 - temporalité courte (quelques mois, à raison d'1 à 2 séances/semaine + tâches à domicile)
- **Séances de préparation**
 - Psychoéducation spécifique
 - Echelles des répercussions fonctionnelles (ERF et ERF-CS)

➔ **Favoriser l'implication de la personne dans la prise en charge et améliorer le transfert et la généralisation des compétences**

Franck N, *Traité de réhabilitation psychosociale* 2018

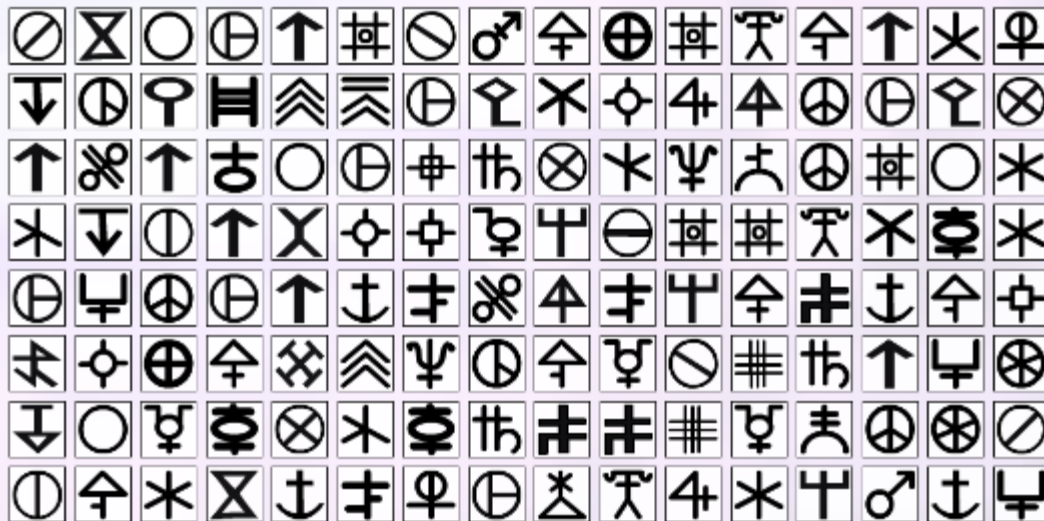
Vianin P, *La remédiation cognitive dans la schizophrénie* 2013

➤ Exemple : exercice d'attention sélective

L'intrus est :



commencer" pour accéder à la grille



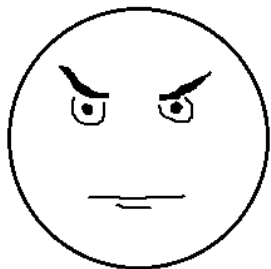
Vianin P, *La remédiation cognitive dans la schizophrénie* 2013



Exemple : exercice de reconnaissance des émotions faciales

Caractéristiques faciales des émotions

- conscience du vécu émotionnel
- vocabulaire associé aux émotions
- notion de continuum d'intensité



Gaudelus, in: Franck N, *Traité de réhabilitation psychosociale* 2018



Déroulé des programmes de remédiation cognitive

- **Prise en charge individuelle de 1 à 3 mois**
- **1-3 séances d'1h-1h30/semaine**
- **Proximité avec les situations quotidiennes pour favoriser le transfert et la généralisation des bénéfices**

Séances de préparation

Echelle des répercussions fonctionnelles (ERF et/ou ERF-CS)

Psychoéducation

Objectifs concrets

Séances de remédiation cognitive

Séances papier/crayon

Séances informatisées

Séances à domicile

Séances de transfert

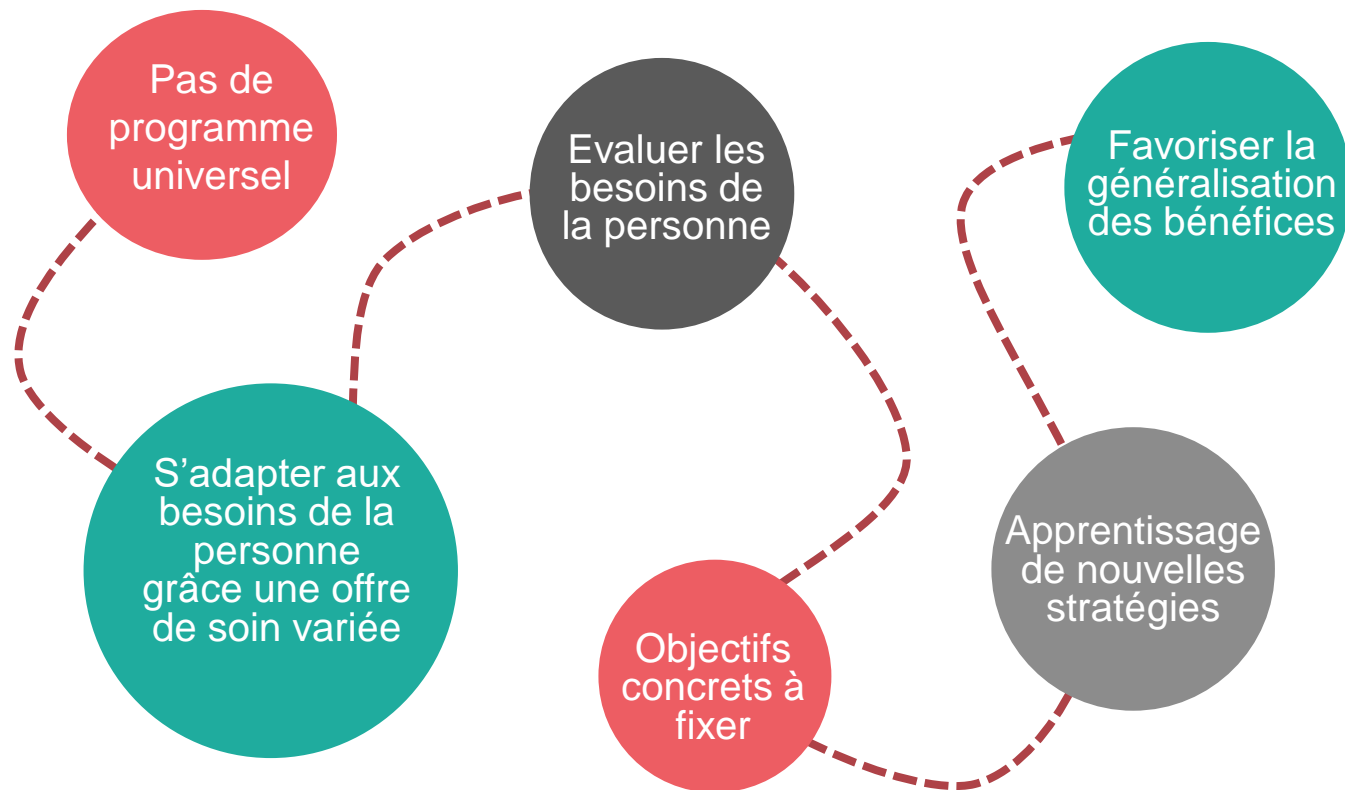
Accomplissement des objectifs concrets

Transfert des stratégies à la vie quotidienne et généralisation

➤ Information et formation

- **Association francophone de remédiation cognitive (AFRC)** : association regroupant les professionnels de la psychiatrie impliqués dans le développement de la remédiation cognitive
www.remédiation-cognitive.org www.centre-ressource-rehabilitation.org
- **DU « Remédiation cognitive »** (Université Lyon 1)

➤ Synthèse



Conclusion

- La remédiation cognitive regroupe un ensemble de **techniques efficaces** en complément des médicaments et des psychothérapies
- Recours systématique en présence de troubles cognitifs ayant un impact sur les projets des personnes
- Mise en œuvre par des thérapeutes formés (**diplôme d'université**)
- Diffusion des connaissances (**AFRC** : www.remediation-cognitive.org www.centre-ressource-rehabilitation.org)

Nicolas Franck

Remédiation cognitive

2^e édition

- Principes généraux
- Indications et programmes
- Modalités d'utilisation

MÉDECINE ET PSYCHOTHÉRAPIE

sous la direction de
Nicolas Franck

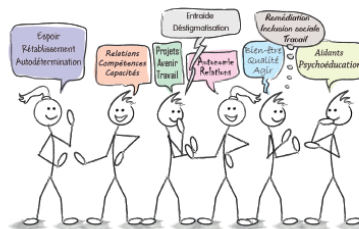
Cognition sociale et schizophrénie

Outils d'évaluation et de remédiation



Traité de réhabilitation psychosociale

Sous la direction de Nicolas Franck



ELSEVIER

Elsevier Masson